

Caiu o número de pessoas inativas no país. De acordo com o [Vigitel Saúde Suplementar 2016](#), a frequência da prática de atividade física entre as pessoas que possuem plano de saúde foi de 42,3% no conjunto analisado. Em 2011, primeiro ano da inclusão desse indicador, o total foi de 37,4% para a mesma amostra.

A pesquisa elaborada em conjunto pelo Ministério da Saúde e a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) mostra que a frequência de adultos que praticam atividade física no tempo livre é maior entre os homens, com 51,5%, do que entre as mulheres, totalizando 35,0%.

Já na análise entre as cidades participantes da pesquisa, a realização de exercícios físicos variou entre 34,3% em Porto Alegre e 54,2% no Distrito Federal. Os maiores índices para a prática de atividades físicas entre as mulheres foram encontrados em Boa Vista, com 47,8%, Distrito Federal, 46,8% e Palmas, representando 46,2%. As menores foram em Porto Alegre, com 25,8%, São Paulo, 27,9% e São Luís, 33,8%. Já entre os homens, a maior proporção foi encontrada no Distrito Federal, com 63,2%, seguido de Boa Vista, 59,5%, e Maceió, 59,5%. Os destaques negativos foram para Porto Alegre, com 45,2%, Campo Grande, 45,8%, e São Paulo com um total de 46,6%.

A taxa de indivíduos fisicamente inativos também reduziu de 19,2% em 2008 para 14,2% em 2016. No conjunto das capitais do país, o número variou entre 10,8% em Goiânia e 19,6% em João Pessoa. Entre os homens, as maiores frequências foram encontradas em João Pessoa, com 18,3%, Aracaju, 17,1%, Belo Horizonte e Recife, ambas com 15,1%. As menores, puderam ser observadas em Salvador, com um total de 8,1%, Distrito Federal, 9,0%, Vitória e Goiânia, com 9,3%. Já entre as mulheres, as maiores frequências são em Recife, 21,1%, João Pessoa, com 20,5%, Manaus e Rio Branco, 19,9%. As menores foram encontradas em Goiânia, com 11,9%, Florianópolis, 12,8% e Cuiabá, 13,6%.

A avaliação desses dados considerou adultos, beneficiários de planos de saúde, que praticam ao menos 150 minutos de atividade física de intensidade moderada por semana. Se por um lado, o aumento no número de pessoas ativas no país deve ser comemorado, por outro fica o alerta: ainda há muito o que expandir na conscientização sobre a importância da atividade física na saúde individual e coletiva. Os dados da pesquisa são de grande importância no conhecimento dos principais determinantes na incidência e prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

O [Vigitel da Saúde Suplementar 2016](#) foi elaborado com dados de 53.210 entrevistas por telefone, sendo 20.258 homens e 32.952 mulheres, em todas as capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal.

Fonte: IESS, em 08.02.2018.